

Leben!

AUS
IHRER
REGION

Das Magazin der **BBT-Gruppe**
für Gesundheit und Soziales

Pflege
ENTSCIEDEN
FÜR MENSCHEN

Bauchchirurgie
WENN DER
DARM DEN
ATEM NIMMT

GESUNDHEITZENTRUM

PRÄVENTION HOCH DREI

Geriatricschulungszentrum
E. Sahin
Medizinische Fachangestellte

Wenn der Darm den Atem nimmt

Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts werden im Viszeralmedizinischen Zentrum des Gemeinschaftskrankenhauses Bonn interdisziplinär durch die Spezialisten der Inneren Medizin/Gastroenterologie und der Allgemein- und Viszeralchirurgie behandelt.



26

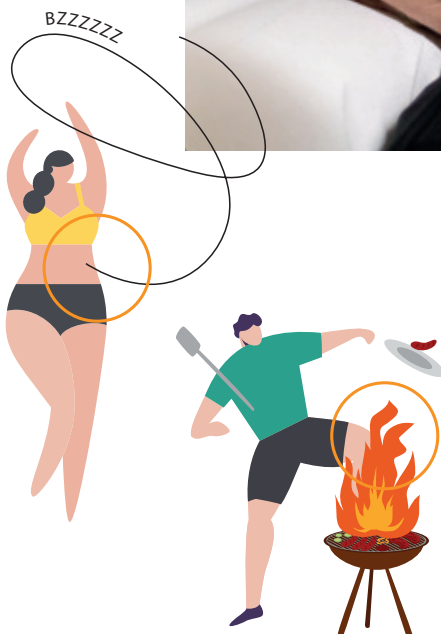
Prävention hoch drei

Das Gesundheitszentrum am Gemeinschaftskrankenhaus Bonn vereint seit mehr als einem Jahr drei Ambulanzen unter einem Dach: die Diabetes-, die Schmerz- und die Präventionsambulanz. Von dieser Bündelung profitieren die Patienten. Erkrankungen können leichter entdeckt sowie Therapien besser abgestimmt werden.

GESUNDHEITZENTRUM



6



12 Sommer, Sonne ... Autsch!

„Walking on sunshine ...“ – Sommer, das ist Sonnenschein, kühles Wasser und jede Menge Spaß. Mit den Tipps von Klaus Striepeke, Ärztlicher Leiter am Medizinischen Versorgungszentrum Westheim, vergeht bei kleinen Blessuren auch die gute Laune nicht.

Illustrationen: istockphoto



Bühne frei für Inklusion!

Menschen mit psychischen Erkrankungen proben einmal die Woche mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen in dem inklusiven Theaterprojekt Soul LaLa. Es bringt unterschiedliche Menschen zusammen und fördert das Verständnis füreinander.

editorial



Christoph Bremekamp
Krankenhausoberer
Gemeinschaftskrankenhaus
Bonn

INHALT

intro

4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

ambulante versorgung

6 Prävention hoch drei
11 Herzenssache Lebenszeit

gesund&fit

12 Gefahrlos durch den Sommer

pflegedienst

14 Entschieden für Menschen

standpunkt

18 Organspende

kurz&knapp

20 Nachrichten aus der Region

vorsorge

22 Patientenverfügung & Co.

medizin

24 Wenn der Darm den Atem nimmt

inklusion

26 Bühne frei!
30 momentmal
32 Kinderseite
33 Kreuzworträtsel
34 Veranstaltungstipps
35 Impressum



Bei Fragen rund um Ihre Gesundheit helfen wir Ihnen gerne weiter. Schreiben Sie uns unter info@gk-bonn.de

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

in dieser Ausgabe befassen wir uns schwerpunktmäßig mit dem Thema Gesundheitsvorsorge. Daher stellen wir Ihnen auf den Seiten 6 bis 11 das Gesundheitszentrum am Gemeinschaftskrankenhaus Bonn vor. Unter einem Dach sind vereint: die Diabetesambulanz, die Schmerzambulanz und die Präventionsambulanz.

In der Rubrik kurz&knapp ab Seite 20 machen wir Sie mit Sabine Simski bekannt. Sie ist die neue Pflegedirektorin in unserem Haus. Außerdem erfahren Sie hier etwas über die Wartung der Medizingeräte. Der Qualitätsanspruch des Gemeinschaftskrankenhauses ist hoch, medizinisch und menschlich. Deshalb nimmt gerade die Patientensicherheit einen hohen Stellenwert ein.

„Ich konnte gar nichts mehr tun, nicht einmal meinen Garten pflegen“, berichtet Patientin Elfriede Brenke. Zunehmende Atemnot führte die 72-Jährige zunächst zum niedergelassenen Arzt und dann ins Krankenhaus. Wie ihr bei uns geholfen wurde, können Sie auf den Seiten 24 bis 25 verfolgen.

Spannende Geschichten also, Veranstaltungshinweise und alle Kontaktdaten unserer Abteilungen. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und sollten Fragen offenbleiben, kontaktieren Sie uns gerne!

Ihr

Christoph Bremekamp

SCHULUNGEN FÜR STERBEBEGLEITER

„Letzte-Hilfe-Kurse“

Einem Thema, das für viele auch heute noch ein Tabuthema ist, widmen sich „Letzte-Hilfe-Kurse“: der Sterbebegleitung. Die Zahl der Menschen, die in den eigenen vier Wänden sterben möchten, wächst – laut einer Umfrage des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes sind es 58 Prozent der Deutschen. Angehörige, die ihre Lieben am Lebensende begleiten wollen, sind häufig überfordert mit Ängsten und Unsicherheiten. Ein Grund für die wachsende Beliebtheit der Kurse, in denen es darum geht, sich mit dem Tod auseinanderzusetzen, sowohl mit dem des Betroffenen als auch mit dem eigenen. Themen dabei sind Patientenverfügung sowie Möglichkeiten ambulanter und stationärer Versorgung. Auch werden praktische Tipps mit auf den Weg gegeben, mit denen jeder einem Sterbenden etwas Gutes tun kann – zum Beispiel durch Vorlesen, Berührungen oder Befeuchten der Zunge. Letzte-Hilfe-Kurse geben Rat und machen Mut. Sie werden bundesweit angeboten, meist kostenlos.



Foto: istockphoto

Mehr Infos unter www.letztehilfe.info

DIGITALISIERUNG

Bessere Versorgung



Foto: istockphoto

Die Digitalisierung kann nach den Worten des Pflegebevollmächtigten der Bundesregierung, Andreas Westerfellhaus, viel zu einer besseren Versorgung von pflegebedürftigen Menschen beitragen. Als Beispiel nannte er die Vernetzung von Ärzten und Physiotherapeuten bis zum ambulanten Pflegedienst. „Digitalisierung in der Pflege zahlt sich für alle aus: durch mehr Patientenzufriedenheit, weniger Krankenhauseinweisungen und nicht zuletzt weniger Kosten“, so der Pflegebevollmächtigte. Beispiele aus der Praxis zeigten, dass Einlieferungen ins Krankenhaus erheblich verringert würden, wenn Hausarzt und Pflegekräfte sich digital austauschten. Digitale Hilfsmittel und Apps sollten zuallererst den Patienten dienen und zugleich die Fachkräfte entlasten, damit diese mehr Zeit für die Pflege hätten, sagte Westerfellhaus. Die elektronische Patientenakte sollte nach seinen Worten „Dreh- und Angelpunkt für die Kommunikation der Gesundheitsberufe in der Akut- und Langzeitpflege werden“.

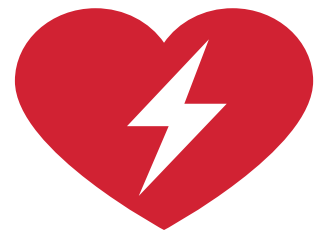


Illustration: istockphoto

LEBENSRETTET AN DER WAND

Reanimation mit Ansage

Ein weißer Kasten an der Wand, darin eine rote Tasche mit einem Herzen und einem Blitz darauf. Ein Anblick, der sich in vielen öffentlichen Gebäuden bietet. Es handelt sich um Defibrillatoren, die im Notfall Leben retten können. Bricht der Kreislauf zusammen, versucht das Herz mit einer hohen Schlagfrequenz auszugleichen. Der Defibrillator beendet dieses Herzflimmern mit einem Stromstoß. Danach sind Herzdruckmassage und Beatmung zur Reanimation nötig. Die potenziellen Lebensretter werden jedoch nicht so oft eingesetzt wie erhofft. Viele wissen im Notfall nicht, wo die Geräte zu finden sind, oder haben Angst, von ihnen Gebrauch zu machen. Das Deutsche Rote Kreuz setzt auf Information, zum Beispiel mit der Notfall-App, die den nächsten erfassten Defi abhängig vom eigenen Standort anzeigt. Die Geräte sind für Laien konzipiert worden: Mit leicht verständlichem Display und akustischen Direktiven wird die Reanimation angeleitet.

ICH FAHRE IN URLAUB

Wenn wir den Koffer packen, darf die Reiseapotheke nicht fehlen – aber was gehört da eigentlich rein? Wer unter Reiseübelkeit leidet, sollte an ein entsprechendes Medikament denken. Pflaster, Verbandsschere und Desinfektionsmittel versorgen die Blasen an den Füßen. Nicht jeder verträgt stark gewürzte Speisen, und an Chlor im Leitungswasser sind wir nicht gewöhnt – ein Medikament gegen Durchfall hilft. Die Wärme und Düfte unseres Körpers locken Stechmücken an, den juckenden Stichen beugt ein wasserfestes Anti-Insekten-Mittel vor. In klimatisierten Hotelzimmern erkälten wir uns schnell, etwas gegen Schnupfen und Halsschmerzen sollte daher ins Gepäck wie auch Schmerz- oder Fiebermittel. Es lohnt sich, sich vor Reiseantritt mit dem Urlaubsland vertraut zu machen und den Impfpass checken zu lassen. Das Auswärtige Amt rät zu einem Masernschutz in Frankreich. Übrigens: Dem Jetlag können wir entgegenwirken; geht es in Richtung Westen, ein bis zwei Stunden später schlafen gehen, beim Flug in den Osten etwas früher. Gute Reise!

Mattias Warmuth und Dr. Albert-Peter Rethmann (2. u. 4. v. li.) mit Vertretern der Diakonissen Speyer: Karlheinz Burger, Dr. Günter Geisthardt, Wolfgang Walter (v. li.).



NEUER STANDORT IN MANNHEIM

Gute gemeinsame Versorgung

Die Diakonissen Speyer und die BBT-Gruppe planen eine Zusammenführung ihrer Krankenhäuser in Mannheim. Im Rahmen dieses Entwicklungsprozesses ist beabsichtigt, die Gesellschafteranteile der Diakonissen Krankenhaus Mannheim GmbH zum 1. Januar 2020 an die Barmherzige Brüder Trier gGmbH vollständig zu übertragen.

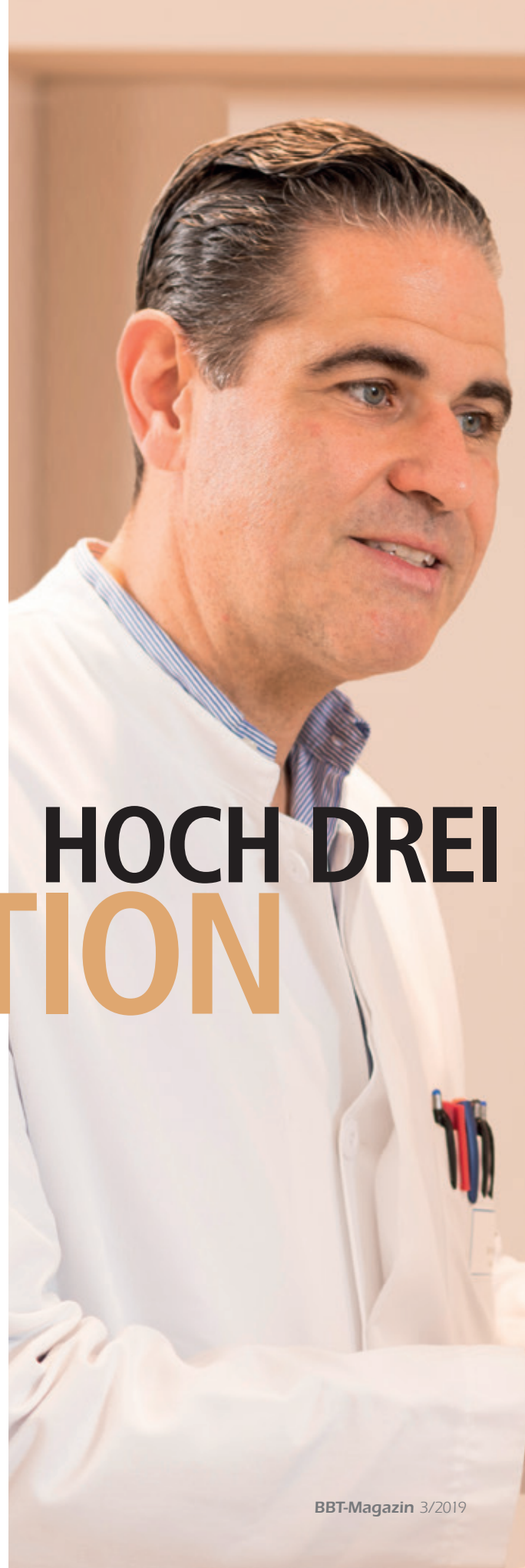
Das Theresienkrankenhaus und die St. Hedwig-Klinik, beide seit Anfang des Jahres Teil der BBT-Gruppe, und das Diakonissenkrankenhaus tragen seit Jahrzehnten mit einem umfassenden Leistungsangebot zu einer professionellen Gesundheitsversorgung in Mannheim bei. Um den christlichen Auftrag der Häuser bei zunehmendem Wettbewerb auf dem Krankenhausmarkt und steigenden Anforderungen durch Politik und Kostenträger auch in Zukunft aktiv zu gestalten, seien in den vergangenen Monaten Gespräche über Möglichkeiten einer Zusammenführung der Häuser in Mannheim aufgenommen worden, erklärten die beiden Träger.


AMBULANTE VERSORGUNG

HOCH DREI PRÄVENTION

Das Gesundheitszentrum am Gemeinschafts-
krankenhaus Bonn vereint seit mehr als einem
Jahr drei Ambulanzen unter einem Dach: die
Diabetes-, Schmerz- und Präventionsambulanz.
Von dieser Bündelung profitieren die Patienten.
Erkrankungen können leichter entdeckt sowie
Therapien besser abgestimmt werden.

TEXT: JORIS HIELSCHER | FOTOS: ANDRÉ LOESSEL





**Die Vorteile für die Patienten: eine
effektivere Behandlung und kürzere
Wege, sagt Dr. Markus Menzen.**



Regelmäßig im Gesundheitszentrum: Erika Walker profitiert von dem Angebot.

Barfuß steht Erika Walker auf einer Waage, die zur sogenannten bioelektrischen Impedanzanalyse eingesetzt wird. Was sich hinter dem Fachbegriff verbirgt: Diese Waage misst nicht nur das Gewicht, sondern auch den Anteil an Körperfett und Muskelmasse im Körper. Als die Werte auf dem Digitaldisplay aufleuchten, erklärt ihr Dr. Markus Menzen: „Die Werte sind in Ordnung. Aber achten Sie bitte auf Ihre Ernährung!“ Sie erwidert mit einem Lächeln: „Herr Doktor, als gelernte Köchin kenne mich mit Essen aus, nur das Umsetzen ist manchmal schwer.“ Beispielsweise, wenn abends der Heißhunger sie überkomme und sie sich noch etwas zum Naschen hole.

Die 63-Jährige ist seit rund 15 Jahren an Diabetes Typ 2 erkrankt, seit fünf Jahren wird sie von Dr. Menzen behandelt. Auch wenn es ihr davon abgesehen körperlich gut geht, gehört sie zu einer



Dr. Gabriele Tilz leitet die Schmerzambulanz. Wer unter chronischen Schmerzen leidet, findet hier Hilfe.

gefährdeten Patientengruppe, erläutert der Chefarzt der Inneren Medizin und Diabetologe im Gemeinschaftskrankenhaus Bonn. „Diabetes ist ein klassischer Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall.“ Damit es erst gar nicht so weit kommt, können sich Patienten wie Erika Walker im neuen Gesundheitszentrum am Gemeinschaftskrankenhaus Bonn gründlich durchchecken lassen.

Zusammenarbeit mit Sinn

Schon länger sind im Gebäude II des Hauses St. Petrus an der Poppelsdorfer Allee im Zentrum Bonns die Diabetesambulanz und die Schmerzambulanz beheimatet. Seit rund einem Jahr bietet die Präventionsambulanz vorsorgende Untersuchungen an. Erkrankungen wie Krebs, Diabetes, Schlaganfall und Herzinfarkt soll so vorgebeugt werden. Damit befinden sich nun drei Ambulanzen unter einem Dach und auf demselben

Stockwerk: die Diabetes-, die Schmerz- und die Präventionsambulanz.

Die Nähe ermöglicht eine gute Zusammenarbeit zwischen den behandelnden Ärzten und den Austausch von Fachkräften wie Ernährungsberatern oder speziell ausgebildeten Pflegekräften. Insbesondere die Patienten profitieren davon. „Wir bündeln Kompetenzen, damit wir Patienten noch effektiver behandeln und Erkrankungen frühzeitig entdecken können“, erklärt Dr. Menzen. Außerdem werden die Wege für die Patienten kürzer.

Diabetes zufällig entdeckt

Wie das Zusammenspiel funktioniert, lässt sich anhand von Diabeteserkrankungen gut erklären. Diabetes mellitus gehört zu den häufigsten Erkrankungen in Deutschland, nach Schätzungen sind rund sieben Millionen Menschen betroffen. Die Dunkelziffer ist hoch, da die Anfänge der Erkrankung oft symptomfrei verlaufen.

Auch bei Erika Walker wurde die Erkrankung zufällig entdeckt, als ihr im Krankenhaus Gallensteine entfernt wurden. Überrascht war sie nicht. „Meine Mutter und meine Großmutter hatten beide Diabetes. Das ist Veranlagung – süße Frauen eben“, sagt sie mit einem Lachen. Den Humor hat sie nicht verloren. „Ich habe schon einiges erlebt, Diabetes ärgert mich nicht“, so Walker. Aus Kasachstan eingewandert, hat sie sich hier in Deutschland ein neues Leben aufgebaut und unter anderem als Köchin in Kantinen gearbeitet. Regelmäßig wird im Gesundheitszentrum der Verlauf ihrer Diabeteserkrankung untersucht.

Eine nicht behandelte Erkrankung ist gefährlich, da Diabetes erhebliche Folgeschäden nach sich ziehen kann, vor allem durch den erhöhten Blutzuckerspiegel, an dem sowohl Patienten des Typ1 als auch des Typ 2 leiden. „Der erhöhte Blutzuckerspiegel schädigt langfristig Blutgefäße und Nerven“, erklärt Menzen. Bei Nervenstörungen leiden die Patienten häufig unter starken Schmerzen. „Wenn die herkömmliche Schmerztherapie nicht ausreicht, überweise ich sie an meine Kolleginnen von der Schmerzambulanz“, so Dr. Menzen.

Hilfe bei chronischen Schmerzen

Die Schmerzambulanz hat die einzige stationäre Schmerztherapiestation in Bonn. Hier werden vor allem Patienten mit chronischen Schmerzen behandelt. „Wir sprechen vom chronischen Schmerz, wenn er mindestens drei Monate besteht“, sagt Dr. Gabriele Tilz, Fachärztin für Anästhesie und spezielle Schmerztherapie, und fügt hinzu: „Viele unserer Patienten haben allerdings schon sehr viel länger – manche seit Jahren – Schmerzen und haben schon eine Vielzahl von Ärzten aufgesucht.“

Die Mehrzahl der Patienten kommt aufgrund von Rückenbeschwerden, doch

auch viele Diabeteserkrankte suchen die Schmerzambulanz auf. „Bei der sogenannten Polyneuropathie spüren die Betroffenen stechende und brennende Schmerzen vor allem an den Fußsohlen, an den Füßen oder an den Händen“, erklärt Dr. Tilz. Auch Taubheitsgefühle können auftreten. Die Ursache: Durch den Diabetes sind die Nerven so geschädigt, dass die Empfindungen gestört sind.

Chili-Pflaster helfen

„Bei solchen Schmerzen helfen herkömmliche Schmerzmittel nicht, wir setzen spezielle Medikamente ein, die bei Nervenstörungen helfen“, so die Fachärztin. Wenn selbst diese wenig Linderung verschaffen, dann kommen sogenannte Chili-Pflaster zum Einsatz. Capsaicin – der Stoff, der Chilischoten ihre Schärfe verleiht – reizt die Schmerzrezeptoren und ist dabei so hochkonzentriert, dass das Pflaster

maximal für eine Stunde alle drei Monate angewendet werden darf. Neben Medikamenten und natürlichen Stoffen helfen Physiotherapie, psychologische Betreuung, Akupunktur und Entspannungsübungen. „Chronische Schmerzen haben häufig auch psychologische Ursachen. Hier muss der Mensch in seiner Gesamtheit betrachtet werden“, betont Dr. Tilz.

Erika Walker hat Glück: Sie hat keine chronischen Schmerzen und muss die Schmerzambulanz nicht aufsuchen. In der neu hinzugekommenen Präventionsambulanz wird sie allerdings untersucht. Präventiv soll so Erkrankungen wie Schlaganfall oder Herzinfarkt vorgebeugt werden.

Krankheiten vorbeugen

Das ist gerade für Diabetespatienten wichtig. Denn erhöhte Blutzuckerwerte schädigen langfristig die Innenschicht



Dr. Markus Menzen, Chefarzt der Diabetologie, rät zur Vorsorge, denn zu oft werde Diabetes nur zufällig entdeckt.



Chronische Schmerzen haben häufig auch psychologische Ursachen. Hier muss der Mensch in seiner Gesamtheit betrachtet werden.

Dr. Gabriele Titz,
Fachärztin für Anästhesie
und spezielle Schmerztherapie

der Blutgefäße, und so können sich Blutplättchen an den Rissen anlagern und gerinnen. Ein solches Gerinnsel kann überall im Körper zu einem Gefäßverschluss führen. Beim Typ-2-Diabetes ist das Schlaganfallrisiko zwei- bis viermal erhöht, und mindestens 20 Prozent aller Schlaganfallpatienten in Deutschland sind zuckerkrank. Doch von diesen Zahlen müssen sich Betroffene oder Angehörige nicht entmutigen lassen.

„Viele Erkrankungen lassen sich schon im Frühstadium sehr gut diagnostizieren“, erklärt Dr. Miriam Hepner-Textor, Leiterin der Präventionsambulanz und Fachärztin für Angiologie. Die Gefäßspezialistin hat eine Ultraschall-Ausbildung und kann mithilfe modernster Technik schon kleine Gerinnsel früh erkennen. Diese können dann zeitig und gezielt bekämpft werden.

Doch in der Präventionsambulanz geht es nicht nur um die Entdeckung möglicher Krankheiten, sondern ganz generell um Vorsorge und die Frage, wie der eigene Gesundheitszustand erhalten oder verbessert werden kann. „Wir decken individuelle Gesundheitsrisiken auf, bevor diese zu Erkrankungen führen“, so Dr. Hepner-Textor. Die Präventionsambulanz ist somit eine Anlaufstelle für Menschen, die sich zwar gesund fühlen, aber sich gründlich durchchecken lassen wollen.

Gesundheit fördern

Doch wie läuft das ab? Zu Beginn jedes Check-ups führt die Ärztin ein ausführliches Gespräch über bereits bekannte Erkrankungen oder bestehende Symptome, die auf mögliche Krankheiten hindeuten können. Nach einer klinischen Untersuchung wird dann ein Risikoprofil des Patienten erstellt. Es folgen je nach individuellem Profil Laboruntersuchungen, EKG, Ultraschall oder weiterführende Diagnostik. „Wenn wir dort Erkrankungen entdecken, überweisen wir den Patienten an Spezialisten“, erklärt die Ärztin.

Bei kleineren Auffälligkeiten beispielsweise des Blutbildes informiert die Ärztin über mögliche Maßnahmen. Zudem geben Experten Tipps zu einer gesünderen Ernährung oder zu körperlichen Aktivitäten, die Krankheiten vorbeugen sollen. „Prävention ist immer besser als eine spätere Behandlung“, erklärt Dr. Hepner-Textor. Menschen sollten daher nicht erst zum Arzt, wenn sie Schmerzen haben, sondern regelmäßig zur Kontrolle kommen.

So wie Erika Walker. Und auch wenn es schwerfällt, will sie häufiger die Süßigkeiten weglassen. ■



Kleinste Gerinnsel können durch Ultraschall frühzeitig entdeckt und behandelt werden.

Wolfgang Overath (3. v. re.) war einer von rund 150 Besuchern, die sich am Herzmobil untersuchen ließen.

Herzessache Lebenszeit

Das Gemeinschaftskrankenhaus Bonn lud zum dritten Mal zur Open-Air-Sprechstunde – in Kooperation mit Böhringer Ingelheim, der Kampagne „Herzessache Lebenszeit“ und der Abteilung Neurologie der LVR-Klinik Bonn. Im roten Doppeldecker-Bus klärten Ärzte über Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes auf.



„Seit ich 1974 Fußballweltmeister geworden bin, halte ich mein Gewicht, esse gesund und mache viel Sport. Es ist wichtig, sich regelmäßig checken zu lassen. Das mache ich und fühle mich topfit“, erzählte Wolfgang Overath beim Besuch des Herzmobils auf dem Bonner Friedensplatz. Der ehemalige Spieler und Präsident des 1. FC Köln unterstützte die diesjährige Aktion. Auch er wurde vom Ärzte- und Beraterteam des Gemeinschaftskrankenhauses untersucht.

Mehr als 150 Besucher ließen Blutdruck, Cholesterinwerte, Blutzucker und Körperfettanteil messen. Mitarbeitende des Krankenhauses waren den ganzen Tag vor Ort und informierten über die Themen Schlaganfall, Herzinfarkt und Diabetes.

„Risikofaktoren wie ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel oder Rauchen werden immer noch nicht ernst genommen, wodurch die Zahl der Betroffenen stetig zunimmt. Deshalb ist es wichtig, die Menschen zu informieren, wie wichtig die Prävention ist und was mit kleinem Aufwand schon verhindert werden kann“, sagt Dr. Markus Menzen, Chefarzt der Diabetologie.

Die Rückmeldungen der Experten und Besucher waren durchweg positiv, das zeigt auch der rege Andrang trotz Dauerregens. Der Bus wird auch im nächsten Jahr wieder in Bonn haltmachen.

Infobus 2020 „Herzessache Lebenszeit“

Mehr Infos zu Termin und Standort erfahren Sie unter www.gk-bonn.de

Ihr Kontakt
Gemeinschaftskrankenhaus Bonn

SOMMER, SONNE ... AUTSCH!

„Walking on sunshine ...“ – Sommer, das ist Sonnenschein, kühles Wasser und jede Menge Spaß. Mit den Tipps von Klaus Striepeke, Ärztlicher Leiter am Medizinischen Versorgungszentrum Westheim, vergeht bei kleinen Blessuren auch die gute Laune nicht.



Blutsauger

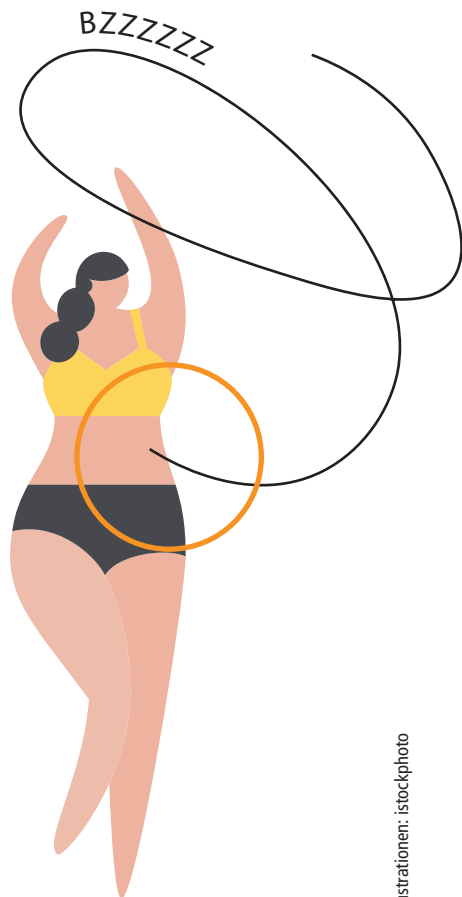
Ich rate Ihnen zu einer Schutzimpfung gegen die von Zecken übertragene Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME), die eine Hirnhautentzündung auslösen kann. Einmal gebissen, sollten Sie die Zecke schnell entfernen: Fingernägel oder Werkzeug hautnah an die Zecke heranführen, dabei den Hinterleib der Zecke nicht quetschen. Zecke senkrecht zur Haut herausziehen und Einstichstelle beobachten, bei ausweidender Rötung Arzt aufsuchen.

Autsch, verbrannt!

Laut der Deutschen Gesellschaft für Verbrennungsmedizin ereignen sich in Deutschland rund 4.000 Grillunfälle pro Jahr, die meisten gehen glücklicherweise glimpflich aus. Bewahren Sie Ruhe, kühlen Sie die Verbrennung mit Wasser, das lindert den Schmerz. Anschließend mit sterilen Tüchern oder dem Brandwundenverbandstuch aus dem Autoverbandskasten abdecken.

Rot geworden?

Eine Soforthilfe bei Sonnenbrand ist das Kühlen mit lauwarmem Wasser. Umschläge mit kaltem Tee und Quark lindern die Schmerzen, auf dem Gesicht helfen auch Gurkenscheiben und Teebeutel. Danach die Haut mit nährstoffreichen Cremes pflegen. Damit es gar nicht so weit kommt: Sonnencreme nicht vergessen und regelmäßig nachcremen. Der Lichtschutzfaktor gibt übrigens an, wie viel länger Sie in der Sonne bleiben können. Bei einer sehr hellen Haut beträgt die Eigenschutzzeit zehn Minuten. Mit LSF 20 können Sie 20 Mal länger in die Sonne, also 200 Minuten.



Illustrationen: istockphoto

Mist, gestochen!

Der Stachel der Biene verbleibt samt Giftblase in der Haut, nicht so bei der Wespe. Nicht mit den Fingern packen, entweder mit der Pinzette ziehen oder mit den Fingern wegschnippen. Ob Wespe oder Biene, durch das Kühlen des Stiches ziehen sich die Blutgefäße zusammen und es schwillt nicht an. Der Saft einer Zwiebel wirkt antibakteriell und lindert den Juckreiz.

Hingefallen!

Schürfwunden sind großflächig und schmerzhaft, was auf die freigelegten Nervenenden zurückzuführen ist. Bei Schmutz in der Wunde gründlich ausspülen und desinfizieren. Kleine Wunden mit einem Pflaster versorgen, größere mit einer Kompresse. Viele Menschen gehen im Sommer barfuß, da kommt es schnell zu einer Schnittwunde. Erst mal bluten lassen, das spült den Schmutz aus, danach mit einem Wundschnellverband abkleben.


Klaus Striepeke

Ärztlicher Leiter MVZ Westheim
Facharzt für Innere Medizin,
Gastroenterologie
Praxis für Allgemeinmedizin
Tel.: 02994/96660
k.striepeke@
mvz-westheim.de




Ihr Ansprechpartner
MVZ Westheim

DIE DANKBARKEIT JEDEN TAG SPÜREN



Etwas anderes als Pflege kam für Anne Kotulla nie infrage: Erst arbeitete sie als Krankenschwester, dann wechselte sie in den ambulanten Dienst.

Anne Kotulla leitet den Ambulanten Pflegedienst Brüder Mobil der Barmherzigen Brüder Saffig. In Koblenz und zukünftig auch in Saffig und Umgebung sorgen sie und ihr Team dafür, dass viele Menschen, die Pflege und Betreuung brauchen, weiterhin zu Hause wohnen können. Eine von ihnen ist die 94-jährige Anneliese Steinbeck.



Welche darf es heute sein?", fragt Anne Kotulla, während sie zwei Wolljacken hochhält. Auf dem Bett sitzend zeigt Anneliese Steinbeck auf die linke: „Diese, bitte!“ Behutsam zieht Anne Kotulla ihr die Jacke an. Die 94-Jährige kann sich nicht mehr bücken und nicht mehr ohne Hilfe anziehen. Sie hat Arthrose, Probleme mit der Wirbelsäule sowie künstliche Hüfte und Kniegelenke – „aber mein Kopf ist noch klar“, ist ihr wichtig zu betonen. Trotz dieser Einschränkungen lebt die Rentnerin allein in einer Wohnung. Möglich machen das Anne Kotulla und ihre Mitarbeitenden des Ambulanten Pflegedienstes, die ihr täglich beim Waschen und Anziehen helfen. Sie entlasten damit Tochter und Schwiegersohn von Anneliese Steinbeck, die sich sonst um die 94-Jährige kümmert.

„Wir sorgen dafür, dass viele Menschen, die pflegebedürftig sind, weiter zu Hause leben können und nicht in ein Seniorenheim müssen“, erklärt Anne Kotulla. Die 39-Jährige leitet seit elf Jahren den Ambulanten Pflegedienst am Marienhof des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur. Die 16 Pfleger und

Pflegerinnen versorgen rund 80 Patienten in Koblenz: Sie helfen bei Körperpflege, Ernährung und der Gestaltung des Alltags, kümmern sich um Medikamenteneinnahme, Verbandswechsel oder Injektionen und beraten bei allen Fragen rund um die Pflege. Zukünftig werden die Mitarbeitenden sich auch um Pflegebedürftige in den Landkreisen Mayen-Koblenz und Ahrweiler im hauswirtschaftlichen Bereich kümmern und diese betreuen – als Ambulanter Pflegedienst Brüder Mobil der Barmherzigen Brüder Saffig.

Familientradition

Sich um Menschen kümmern, wollte Anne Kotulla schon von klein auf. „Mein Vater ist OP-Pfleger. Da bin ich schon früh mit dem Beruf in Kontakt gekommen und wollte das auch machen“, erzählt sie. Aus ihrer Familie kenne sie es, dass man füreinander da sei und sich gerade um die Älteren sorge. Nach der Schule machte sie deshalb eine Ausbildung zur Krankenschwester am Marienhof und arbeitete mehrere Jahre auf Station.



Mit 94 Jahren lebt Anneliese Steinbeck immer noch zu Hause. Mit der Unterstützung des Ambulanten Pflegedienstes und der Familie fühlt sie sich hier einfach am wohlsten.



Nach mehr als zehn Jahren im Krankenhaus wechselte sie dann zum Ambulanten Pflegedienst, der auf dem Gelände des Marienhofes seinen Sitz hat. Von dort aus fahren die Mitarbeiter morgens und abends zu den Patienten nach Hause. Der intensive Kontakt zu den Menschen mache den Reiz der Arbeit aus, erzählt Kotulla, und er war einer der Gründe, dass sie wechselte. „Anders als im Krankenhaus pflegen wir Patienten über Jahre, die persönliche Beziehung ist sehr eng“, erklärt die Mutter von zwei Töchtern.

Pflegedienste werden wichtiger

2007 baute sie den neu entstehenden Pflegedienst mit auf. „Ein Jahr später habe ich schon die Leitung übernommen“, erzählt sie mit einem Lachen. Ihre sympathische und zupackende Art kommt bei den Patienten sowie bei Mitarbeitenden gut an. Kontinuierlich wächst der Ambulante Pflegedienst, der zukünftig noch deutlich mehr Menschen versorgen wird.

Nicht nur in der Koblenzer Region, sondern in ganz Deutschland wer-

den ambulante Pflegedienste immer wichtiger, das zeigen Zahlen des Statistischen Bundesamtes. Von den bundesweit rund 3,4 Millionen Menschen, die Ende 2017 pflegebedürftig waren, lebten mehr als drei Viertel zu Hause. Ambulante Pflege entlastet die Angehörigen oder übernimmt die Versorgung bei Patienten, die ansonsten keine Hilfe bekommen. Rund 14.000 Dienste betreuten zum Jahresende 2017 mehr als 830.000 Menschen in Deutschland – Tendenz stark steigend. Dass die Nachfrage nach ambulanter Pflege zunimmt, erlebt auch Leiterin Anne Kotulla: „Wir bemerken einen Trend, dass Menschen auch im hohen Alter zu Hause wohnen bleiben.“ Denn die Menschen in Deutschland leben nicht nur länger, sie bleiben auch dank des medizinischen Fortschritts länger fit. „Solange es eben geht, wollen sie in ihrer vertrauten Umgebung leben“, erklärt sie. Erschwert wird dieser Wunsch, wenn keine Angehörigen in der Nähe wohnen – wenn beispielsweise die Kinder für den Job weggezogen sind. Dann können Pflegedienste ein Leben in den eigenen vier Wänden ermöglichen.

Ort der Erinnerung

Bei Anneliese Steinbeck ist das nicht der Fall. Ihre Tochter, auch Rentnerin, und ihr Schwiegersohn wohnen nebenan und kümmern sich um die 94-Jährige. Sie selbst wohnt in einer Wohnung unweit des Moselufers. „In dem Haus ist schon meine Mutter aufgewachsen“, erzählt die 94-Jährige. Sie hat hier die meiste Zeit ihres Lebens gewohnt. Das spiegelt sich im Wohnzimmer wider, in dem nun das spezielle Pflegebett steht. An einer Wand hängen ein Stammbaum der Familie, der weit bis ins vorletzte Jahrhundert zurückreicht, sowie eine Vielzahl von Bildern. Auf Schwarz-Weiß-Fotografien sind Großfamilien in strenger Sonntagstracht sowie sie selbst als fröhliche

junge Frau zu sehen. Andere Bilder zeigen die Hochzeit ihrer Enkelin und die Urenkelinnen. „Das sind Theresa und Franziska“, sagt sie mit dem sichtlichen Stolz einer Urgroßmutter.

Auf der angrenzenden Terrasse, von der die Mosel zu sehen ist, geht sie täglich mehrere Runden mit dem Rollator. „Mein Sportprogramm“, erklärt sie mit einem Lächeln. Wegen einer schweren Embolie war sie vor ein paar Jahren lange im Krankenhaus. „Danach war ich richtig platt und konnte nicht mehr aufstehen. Aber ich habe mich aufgerappelt und jeden Tag laufen geübt“, erzählt die 94-Jährige, die Pflegestufe II hat. Mit der Unterstützung des Ambulanten Pflegedienstes ist sie sehr zufrieden: „Ich bin glücklich hier zu Hause. Und ich werde gut versorgt.“

Enger Kontakt

„Das ist wahrscheinlich das Schönste an unserem Beruf: In der täglichen Arbeit spüren wir die Dankbarkeit der Patienten“, sagt Anne Kotulla. Denn nur mit ihrer Hilfe können viele Menschen noch wie gewünscht leben. Als Leiterin – sie führt den Pflegedienst zusammen mit einer Kollegin – kümmert sie sich nur in Einzelfällen um die tägliche Pflege, diese wird von den Mitarbeitenden übernommen. Dennoch hat sie weiterhin viel Kontakt zu Patienten. So führt sie Aufnahmegespräche und berät Betroffene und Angehörige zu allen möglichen Fragen. Dazu gehört auch die gesetzlich vorgeschriebene Beratung, die jeder mit einer Pflegestufe einmal im halben Jahr erhält. „Wir schauen gemeinsam, wie die Pflegesituation verbessert werden kann. Und ich gebe Tipps, beispielsweise zu Hilfsmitteln wie Rollatoren“, erzählt sie. „Der Kontakt zu den Patienten ist mir ganz wichtig“, fügt sie hinzu.

Anne Kotulla beschäftigt sich zudem mit der Frage, wie die Pflege in

Zukunft aussehen könnte. Von der Digitalisierung erhofft sie sich weniger Aufwand bei der Dokumentation. Ein erster Schritt ist getan: Seit wenigen Wochen setzt der Pflegedienst mobile Datenerfassungsgeräte ein. Auf speziell ausgestatteten Smartphones können die Mitarbeitenden alle relevanten Informationen zur Pflege der Patienten einsehen sowie Fahrten und ihre erbrachte Leistung sofort eintragen – davor musste alles handschriftlich auf Zetteln vermerkt werden. „Nach einer Einarbeitungsphase versprechen wir uns davon eine deutliche Zeitersparnis“, erklärt sie.

Denn bei zehn bis 15 Patienten, die eine Pflegekraft pro Tag versorgt, ist Zeit ein knappes Gut. Die Pfleger und Pflegerinnen würden sich über mehr Zeit für den einzelnen Patienten freuen. Dann wäre mehr Raum für Gespräche, eine Handmassage, oder um in Ruhe mit Anneliese Steinbeck die Wolljacke für den Tag auszuwählen. ■



Wie kann die Situation der Patienten noch verbessert werden? Darüber tauscht sich Anne Kotulla regelmäßig mit ihrem Team aus.

VIDEO

Sehen Sie mehr von Anne Kotullas Einsatz für ihre Patienten auf www.bbtgruppe.de/leben

A logo consisting of a stylized cross shape formed by overlapping circles in shades of blue, purple, and red. To the right of the logo, the text reads "Entschieden für Menschen" in a bold, sans-serif font, with "200 Jahre Peter Friedhofen" in a smaller font below it.

Entschieden für Menschen
200 Jahre Peter Friedhofen

JUBILÄUMSJAHR 2019

2019 steht im Zeichen des 200. Geburtstags des Ordensgründers, des seligen Bruders Peter Friedhofen. Er setzte sich „Entschieden für Menschen“ ein und das ist auch heute noch Leitidee für die Mitarbeitenden der BBT-Gruppe. „Leben!“ stellt in einer Reihe stellvertretend Mitarbeitende vor, die sich täglich für ihre Patienten einsetzen.

Mehr Informationen zum Peter-Friedhofen-Jahr finden Sie unter www.jubilaueumsjahr.bbtgruppe.de

ORGANSPENDE

Ein Ringen um den richtigen Weg

20 Prozent mehr Organspender gegenüber dem Vorjahr, 18 Prozent mehr Transplantationen – die Entwicklung im vergangenen Jahr ist nach einem Tiefstand an Spenderorganen erfreulich. Allerdings reicht das noch nicht aus. Daher will der Bundestag noch in diesem Jahr über zwei Vorschläge abstimmen, die sehr unterschiedliche Strategien vorsehen. Eine Einschätzung von Oberarzt Michael Kiefer.

Herr Kiefer, Bundesgesundheitsminister Jens Spahn und SPD-Gesundheitsexperte Karl Lauterbach haben einen Gesetzentwurf zur sogenannten Widerspruchslösung vorgestellt. Demnach würde jeder, der einer Organspende nicht widersprochen hat, potenziell für eine Spende infrage kommen. Was halten Sie davon?

Bislang gilt in Deutschland die sogenannte erweiterte Zustimmungsregelung. Idealerweise formuliert man seinen Willen schon zu Lebzeiten. Dazu dient am besten der Organspendeausweis, mit dem man sich für, aber auch gegen eine Organspende entscheiden kann. Zudem sollte jede gute Patientenverfügung einen entsprechenden Passus beinhalten. 2018 lag der Anteil der Patienten, die sich zu Lebzeiten schriftlich für eine Organspende bereit erklärten, bei lediglich 17,6 Prozent; weitere 25,4 Prozent hatten sich mündlich dafür ausgesprochen. Das entspräche quasi der Zustimmungslösung. Von der erweiterten Zustimmungslösung spricht man, wenn ein Stellvertreter – in der Regel sind das die Angehörigen – entscheiden muss, weil der Wille des Betroffenen zu Lebzeiten nicht schriftlich oder verbal festgehalten wurde. 2018 wurden 45,5 Prozent aller Zustimmungen zur Organspende so ermittelt. In unserem Krankenhaus war die Bereitschaft zur Organspende im gleichen Zeitraum in keinem einzigen Fall schriftlich durch die Betroffenen dokumentiert.

Es erschüttert mich immer wieder, in wie vielen Fällen die jeweiligen Familienangehörigen nicht über den Willen des jeweils betroffenen Patienten Bescheid wissen. Aus diesem Grunde war ich über Jahre hinweg ein Freund der Widerspruchsregelung – in der Hoffnung, dass sich mehr Menschen aktiv mit der Thematik auseinandersetzen. Ähnlich wie bei der Anschnallpflicht im PKW stört es mich nicht, dass ein gewisser Zwang aufgebaut wird. In der möglichen Verletzung der Persönlichkeitsrechte liegt der größte Kritikpunkt dieser Lösung. Um

FÜRS LEBEN
FÜR ORGANSPENDE



Illustration: Markus Grollik/toonpool.com

das zu entschärfen, plant der Bundesgesundheitsminister eine „erweiterte Widerspruchslösung“. Das bedeutet, dass die Angehörigen einer Organspende widersprechen können, sollte der betroffene Patient dies zu Lebzeiten nicht selbst vorgenommen haben. Aufgrund der Erfahrungen glaube ich, dass ein Nein in Stellvertretung durch die Angehörigen wahrscheinlich leichter und schneller ausgesprochen wird als ein wohlüberlegtes Ja in der aktuell geltenden erweiterten Zustimmungslösung. Deshalb bin ich von dieser Lösung nicht überzeugt.

Dann gibt es ja noch einen Gegenentwurf mehrerer Bundestagsabgeordneter um Annalena Baerbock (Grüne) und Katja Kipping (Die Linke), der an der aktuell strikten Zustimmungslösung festhält. Doch der bessere Weg?

Die persönliche Einstellung am besten schriftlich dokumentieren und auch mit seinen Nächsten besprechen.

Richtig, dieser Gegenvorschlag behält die Zustimmungsregelung im Grunde bei und sieht ein bundesweites Onlineregister vor, das die Möglichkeit zur schriftlichen Zustimmung erweitern würde. Gleichzeitig soll eine regelmäßige Aufklärung über das Thema Organspende etwa durch Hausärzte, aber auch durch Behörden erfolgen – sodass die Menschen, so die Hoffnung, zu einer positiven Registrierung „geschubst“ werden. Um ehrlich zu sein, bin ich pessimistisch. Ich glaube, dass sich die Organspendezahlen egal mit welcher Regelung in unserem Land nicht wesentlich steigern lassen.

Warum tun sich die meisten Menschen so schwer mit einer Entscheidung?

Wahrscheinlich sind dafür mehrere Gründe verantwortlich. Zum einen die Scheu,

sich mit dem Thema Tod und insbesondere dem eigenen Tod auseinanderzusetzen. Zudem hat der Hirntod noch etwas Unheimliches, weil der Körper ja zunächst noch warm und rosig mit schlagendem Herzen und funktionierenden Organen vorhanden ist. Und schließlich ist bestimmt auch die Angst vor Missbrauch ein Grund. Deshalb versuchen wir, uns mit hohem Respekt dem Thema Hirntod zu nähern und bieten ein möglichst hohes Maß an Angehörigenbegleitung.

Um welche Fragen geht es, wenn Angehörige über die Organspende entscheiden müssen?

In der Regel entschuldige ich mich dafür, dass ich den Angehörigen die Verantwortung für die anstehende Entscheidung nicht abnehmen kann, sondern dass sie nun dem Druck ausgesetzt sind, eine

richtige Lösung zu finden. Dabei betone ich immer, dass die Entscheidung im Sinne des Patienten getroffen werden soll, dass man sich also in seine Lage oder vielmehr in sein Wesen hineinversetzen und nach einer Antwort suchen möge. Unterstützende Fragen, etwa ob der Mensch hilfsbereit war, können dabei helfen. Es gibt Situationen, in denen innerhalb von ein oder zwei Tagen ein Zugang zu den Angehörigen gefunden und diese mit diesem sensiblen Thema konfrontiert werden müssen. Jede Familie funktioniert anders. Was sich aber sagen lässt: Dort, wo über das Thema bereits zu Lebzeiten gesprochen wurde und die Angehörigen wissen oder zumindest ein Gefühl dafür haben, was sich ihr Verstorbener gewünscht hätte, ist die Bereitschaft zur Zustimmung hoch. Daher kann ich nur

INFO

Ausführliche Informationen zum Procedere der Organspende und Antworten auf häufig gestellte Fragen hat die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zusammengestellt auf www.organspende-info.de

appellieren, dass man die Verantwortung von den Schultern seiner Familie nimmt und seine persönliche Einstellung am besten schriftlich dokumentiert und auch mit seinen Nächsten bespricht.

Lesen Sie das vollständige Interview auf www.bbtgruppe.de/leben

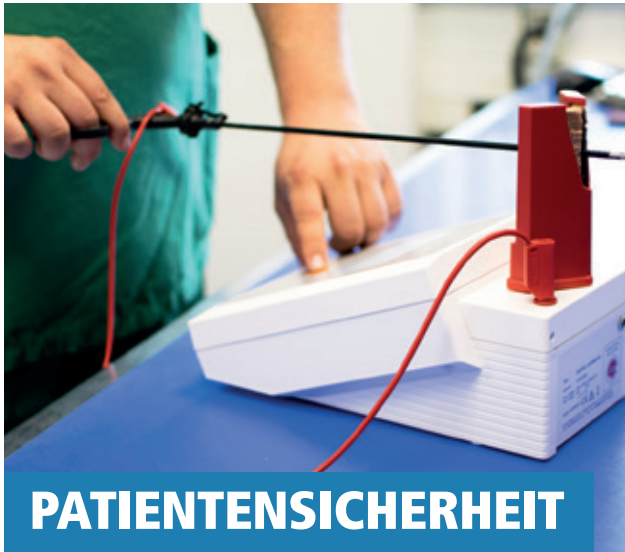
Vom Spender zum Empfänger

Eine Organentnahme nach dem Tod ist in jedem der mehr als 1.300 Krankenhäuser mit Intensivstation durchführbar. Die Krankenhäuser sind verpflichtet, einen Transplantationsbeauftragten zu benennen. Er informiert die Deutsche Stiftung Organtransplantation (DSO), die unabhängige Fachärzte, die die Hirntoddiagnostik durchführen, vermittelt. Zudem veranlasst der Koordinator Untersuchungen der Organe auf Erkrankungen und Infektionen. Die Transplantationszentren, von denen es rund 50 in Deutschland gibt, verständigen den Empfänger und führen die Transplantation durch.

Quelle:
Deutsche Stiftung Organtransplantation (DSO)

Oberarzt Michael Kiefer ist stellvertretender Ärztlicher Transplantationsbeauftragter am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier.





PATIENTENSICHERHEIT

CHECK-UP In der Zentralen Sterilgutversorgungsabteilung (ZSVA) des Gemeinschaftskrankenhauses Bonn, in der die OP-Instrumente in speziellen Reinigungs- und Desinfektionsgeräten wiederaufbereitet werden, gibt es jetzt ein neues Testgerät. Es überprüft die Isolation von stromführenden Instrumenten, die bei Operationen zur Blutstillung und zur Durchtrennung von Gewebe eingesetzt werden. „Damit der Strom nur dort aus den Instrumenten austritt, wo er gebraucht wird, sind diese mit einer Isolationsschicht überzogen. Um sicherzustellen, dass diese auch nach Gebrauch und Reinigung des Geräts intakt ist, werden alle stromführenden Geräte mit dem neuen Isolationstestgerät geprüft“, erklärt ZSVA-Leiter Rainer Stens. Das bedeute einen „effektiven Beitrag zur Patientensicherheit“.



MENSCHEN

SABINE SIMSKI ist die neue Pflegedirektorin des Gemeinschaftskrankenhauses Bonn. In den ersten Wochen war sie auf allen Stationen und im OP unterwegs, um zu erfahren, was die Mitarbeitenden bewegt. Ihr Ziel: Eine attraktive Arbeitszeitgestaltung zu bieten, damit die Betreuung von Familienmitgliedern oder eine Weiterbildung möglich werden. „Viele Prozesse im Haus sind gut gestaltet. Insbesondere die hohe Patientenzufriedenheit ist ein sehr gutes Zeichen“, so ihr erster Eindruck.

RADIOLOGISCHE SCHMERZTHERAPIE

Eine Spritze direkt an die Nervenwurzel



Bandscheibenprobleme sind weitverbreitet und betreffen auch jüngere Patienten, die sich zu wenig bewegen. Werden die aus dem Rückenmarkskanal austretenden Nerven eingeeengt, kommt es zu einer Schwellung und zu Schmerzen. Für Patienten, bei denen Behandlungen mit Physiotherapie, Gymnastik und Massagen keine Besserung gebracht haben, bietet das Gemeinschaftskrankenhaus Bonn in der Radiologie (Chefarzt: Privatdozent Dr. Jochen Textor) das bildgesteuerte Verfahren der periradikulären Therapie (PRT) an, auf das sich Oberarzt Dr. Guido Zintl spezialisiert hat: Er spritzt dem Patienten, der im Computertomografen liegt, mit einer dünnen Nadel Medikamente durch die Haut direkt an die Nervenwurzel.

Dr. Zintl: „Der eigentliche Eingriff dauert nur fünf bis zehn Minuten und ist schmerzarm und schonend, dem Patienten bleibt so möglicherweise eine Operation erspart.“ Komplikationen werden vermieden, da der Eingriff unter sterilen, nahezu OP-gleichen Bedingungen durchgeführt wird. Zunächst erstellt Dr. Zintl ein Übersichtsbild von der Wirbelsäule, dann ein CT von der Zielwurzel, um die genaue Lage, den Winkel und die Tiefe der Punktion zu bestimmen. Nun setzt er die Punktionsnadel und schiebt sie in Richtung Nervenwurzel vor. Als Test injiziert er zunächst eine geringe Dosis lokales Betäubungsmittel. Lassen daraufhin die Schmerzen nach, ist dies der Beweis, dass die Nadel richtig liegt. Es wird dann ein Cortisonpräparat injiziert, das eine langfristige Beschwerdereduktion verspricht. Aufgrund seiner langjährigen Erfahrung mit der PRT führt Dr. Zintl den Eingriff auch an der Halswirbelsäule durch, wo hirnversorgende Gefäße unbedingt geschont werden müssen.

RÜCKENSCHMERZ – WAS NUN?

Bewegung! So könnte man in einem Wort die Essenz aus den vier Vorträgen beim Arzt-Patienten-Seminar „Rückenschmerz – was nun?“ zusammenfassen, denn da waren sich die Ärzte und Schmerztherapeuten, die Psychologin und der Physiotherapeut einig, die am Gemeinschaftskrankenhaus Bonn chronische Rückenschmerzen behandeln.

Dr. Stephan Kurth, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie am Zentrum für Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin Bonn Rhein-Ahr (ZOUS) und Oberarzt in der Sektion Schmerztherapie, betonte die Wichtigkeit der Suche nach dem Ursprung des Schmerzes, der, „abgekoppelt vom ursprünglich auslösenden Prozess, ein Eigenleben führen und wandern kann“. Deshalb werde ein bio-psycho-soziales Modell angewandt und stationär eine multimodale Schmerztherapie im interdisziplinären Team durchgeführt. Das bedeutet, dass der Patient nicht nur Medikamente erhält, sondern auch psychologisch und physiotherapeutisch behandelt wird.

Diplompsychologin Maria Wittmann erläuterte die Bedeutung des psychischen Erlebens für die

Chronifizierung von Schmerzen, insbesondere bei Gewalt- und Traumaerfahrung sowie Depressionen. Erleichterung bringe die progressive Muskelentspannung, die man auch im Alltag anwenden kann, und das bei stationärer Therapie angebotene Biofeedback, ein Verfahren, das Verspannungen, etwa im Nacken, misst und bewusst macht und dem Patienten zeigt, welche Körperhaltung Entlastung bringt. Hier setzt auch der Schmerz-Physiotherapeut Michael Pütz an: „Hält man sich falsch, führt das zu Fehlstellungen und zu starken Belastungen des Rückens.“ Auf keinen Fall dürfe man bei Schmerzen die Bewegung einstellen, denn: „Vier Wochen ruhigstellen reduzieren den Kapsel-Band-Apparat auf 20 Prozent und die Muskeln machen schlapp.“

Auch bei Osteoporose ist Bewegung wichtig, so Dr. Michael Vogt, Oberarzt am ZOUS, der die operativen Möglichkeiten der Behandlung von Wirbelbrüchen und Frakturen am Becken vorstellte. Er wies auch auf die Wichtigkeit einer frühzeitigen Diagnose hin: „Dann kann man mit Medikamenten die Knochendichte stärken, bevor es zu Problemen kommt.“



Kontakt:
Gemeinschaftskrankenhaus Bonn
Zentrum für Orthopädie,
Unfallchirurgie und
Sportmedizin
Bonn Rhein-Ahr
Tel.: 0228/506-2221
zous@gk-bonn.de



Foto: istockphoto

PATIENTENVERFÜGUNG UND VORSORGEVOLLMACHT

EINE SACHE DES VERTRAUENS

An den eigenen Tod denkt man nur ungern. Doch falls im Vorfeld schwierige medizinische Entscheidungen getroffen werden müssen, ermöglichen Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, dass der eigene Wille befolgt wird, auch wenn man ihn selbst nicht mehr äußern kann. Der neue Vorsitzende des Vereins Gesellschaft der Freunde und Förderer des Gemeinschaftskrankenhauses Bonn, Dr. jur. Norbert Gierlach, ist Fachanwalt für Erbrecht und Familienrecht. Im Interview gibt er Tipps zur Abfassung.

Herr Dr. Gierlach, wo sehen Sie die Vorteile einer Vorsorgevollmacht?

Es geht hier um den Fall, dass eine Person aufgrund ihres Gesundheitszustands nicht mehr in der Lage ist, ihre Rechtsgeschäfte selbst zu regeln. Es ist gut, dass heute an die Stelle der „Entmündigung“ die Möglichkeit einer Betreuung getreten ist. Das bedeutet, dass zum Beispiel ein behandelnder Arzt das Betreuungsgericht informiert, das dann für diese Person einen Betreuer auswählt. Das kann ein Berufsbetreuer sein, also ein gänzlich Fremder, oder jemand aus dem näheren Umfeld der Person, möglicherweise auch jemand, mit dem man nicht immer gut ausgekommen ist. Mit einer Vorsorgevollmacht wähle ich zu einem Zeitpunkt, in dem ich im Vollbesitz meiner geistigen Kräfte bin, die Person meines Vertrauens selbst aus, die für mich Entscheidungen trifft, wenn ich es nicht mehr kann.

Was ist bei der Abfassung der Vorsorgevollmacht zu beachten?

Die Form ist bei der Vorsorgevollmacht nicht vorgeschrieben. Im Internet finden sich Vorlagen, die man ausdrucken kann. Dabei hat man auch die Möglichkeit, die Vollmacht einzuschränken, etwa finanziell, oder an Bedingungen zu knüpfen, etwa, dass der Bevollmächtigte in bestimmte Entscheidungen Familienmitglieder einbeziehen muss.

Damit das Dokument, das in der Regel aus mehreren Seiten besteht, glaubwürdig ist, sollten die einzelnen Blätter an einer Ecke gemeinsam umgeknickt, zusammengeheftet und auf der Heftung mit einem Praxisstempel oder Ähnlichem versehen werden. Es ist gut, wenn dies der Hausarzt macht. Wer einen Rechtsstreit befürchtet, kann auch einen Notar oder Rechtsanwalt beauftragen.

Seit dem „3. Gesetz zur Änderung des Betreuungsrechts“ wird die Patientenverfügung empfohlen. Wie ist Ihre Erfahrung damit?

Die Beschäftigung mit dem eigenen Tod, die Vorstellung, nur noch von der Apparatedizin am Leben gehalten zu werden, setzt bei den meisten Menschen Überwindung voraus. Das erlebe ich bei meinen

Beratungsgesprächen. Mit einer Patientenverfügung kann jeder Erwachsene im Voraus schriftlich festlegen, welche medizinischen Behandlungen und Maßnahmen er wünscht oder ablehnt, wenn er sich dazu selbst nicht mehr äußern kann. In diesem Fall muss sich der Arzt an den in der Patientenverfügung formulierten Willen halten. Hat der Verfasser der Patientenverfügung gleichzeitig eine Vorsorgevollmacht, setzt sich der Bevollmächtigte dann dafür ein, dass der in der Patientenverfügung niedergelegte Wille umgesetzt wird. Eine Patientenverfügung erleichtert dem Arzt und den Angehörigen die Entscheidung. Für den Verfasser ist wichtig zu wissen, dass er seine Patientenverfügung jederzeit ändern oder auch zerreißen kann.

Ein Prozess vor dem Bundesgerichtshof hat Aufsehen erregt: Eine 75-Jährige, die seit Jahren im Koma lag, wurde künstlich ernährt, obwohl sie sich in ihrer Patientenverfügung gegen lebenserhaltende Maßnahmen ausgesprochen hatte. Die bevollmächtigte Tochter hatte das so entschieden, ihre Schwester klagte. Wie kann man eine solche Situation verhindern?

In diesem Fall war die Patientenverfügung nicht konkret genug. Mein Rat lautet, dass man klar und möglichst detailliert zum Ausdruck bringt, welche medizinischen Maßnahmen ergriffen oder unterlassen werden sollen. Konkret geht es zum Beispiel darum, ob der Verfasser bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand wiederbelebt werden möchte, ob er sich für oder gegen künstliche Ernährung oder Beatmung entscheidet. Anhand des schriftlich festgelegten Willens in der Patientenverfügung entscheiden Ärzte unter Umständen über Leben oder Tod – etwa darüber, ob sie eine Behandlung abbrechen oder eine medizinische Maßnahme unterlassen. Ärzte müssen eindeutig erkennen, was der Patient will. Zweifelsfrei muss aus der Patientenverfügung hervorgehen, ob der Patient in der vorliegenden Situation beispielsweise wünscht, dass Ärzte versuchen, ihn wiederzubeleben, und ob er künstlich beatmet werden möchte – oder eben nicht. Ist ein

Arzt unsicher, was der Patient wollte, entscheidet er sich für den Lebenserhalt.

Wo sollen die Dokumente aufbewahrt werden?

Zu Hause! Wichtig ist, dass Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung zur Hand sind, wenn sie gebraucht werden. Hat man anwaltliche Hilfe in Anspruch genommen, kann auch eine Ausfertigung in der Kanzlei hinterlegt werden.

GESELLSCHAFT DER FREUNDE UND FÖRDERER

Der Verein Gesellschaft der Freunde und Förderer der Gemeinschaftskrankenhaus Bonn St. Elisabeth/St. Petrus/St. Johannes gGmbH, der 2017 seine Arbeit aufgenommen hat, setzt sich materiell und ideell für das Wohl der Menschen ein, die dort behandelt werden oder beschäftigt sind. Inzwischen hat der Förderverein bereits eine Reihe von Anschaffungen finanziert, darunter „Väter-Sessel“ für den Kreißaal, Pflegehilfsmittel für die Geriatrie und einen Roller, der dafür sorgt, dass das Pflegeteam auf den langen Fluren nachts schneller beim Patienten ist. Vorsitzender des Vereins ist seit Februar 2019 Rechtsanwalt Dr. Norbert Gierlach, sein Stellvertreter ist der Krankenhausobere Christoph Bremekamp. Wer sich für den Förderverein interessiert, ist jeden ersten Mittwoch im Monat um 15 Uhr zu den Treffen des Vereins in der Cafeteria im Haus St. Petrus willkommen.

Engagieren kann man sich als Mitglied mit einem jährlichen Beitrag oder mit einer Spende auf das Konto IBAN: DE41 3705 0198 1932 7759 90.

Dr. Norbert Gierlach
Vorsitzender des Vereins
Gesellschaft der Freunde und
Förderer des Gemeinschafts-
krankenhauses Bonn
www.gk-bonn.de



Ihr Ansprechpartner
Gemeinschaftskrankenhaus Bonn



BAUCHCHIRURGIE

WENN DER DARM DEN ATEM NIMMT

Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts werden im Viszeralmedizinischen Zentrum des Gemeinschaftskrankenhauses Bonn interdisziplinär durch die Spezialisten der Inneren Medizin/Gastroenterologie und der Allgemein- und Viszeralchirurgie behandelt. Für jeden Patienten finden sie in der gemeinsamen Fallbesprechung die optimale Therapie. Das Chirurgie-Team um Privatdozent Dr. Bernd Sido operiert komplexe und seltene Krankheitsbilder auf höchstem Niveau – wie etwa einen Zwerchfellbruch.

ch konnte gar nichts mehr tun, nicht einmal meinen Garten pflegen“, berichtet Elfriede Brenke. Zunehmende Atemnot führte die 72-Jährige zunächst zum Kardiologen, doch der Ultraschall zeigte, dass die Ursache nicht das Herz war. Vielmehr hatte sie „eine extrem seltene Form eines Zwerchfellbruchs, sodass ihr quer verlaufender Dickdarm komplett durch die Lücke in den rechten Brustkorb gerutscht war und den rechten Lungenunterlappen abdrückte“, erläutert Privatdozent Dr. Martin K. H. Maus, Oberarzt und Stellvertreter des Chefarztes in der Viszeralchirurgie des Gemeinschaftskrankenhauses Bonn (Chefarzt: Privatdozent Dr. Bernd Sido). Bei ihm stellte sich Elfriede Brenke vor, nachdem ihre CT-Bilder von einem Gastroenterologen begutachtet worden waren. „Dr. Maus hat mir im Vorgespräch alles sehr eingehend erläutert und mir verständlich klar gemacht, dass ich operiert werden musste.“

Problematisch war nämlich nicht allein, dass ein Teil der Lunge nicht belüftet und schlecht durchblutet war, so dass die Patientin kaum Luft bekam und sich auch ihr Lungen-Bluthochdruck verschlechterte: „Auch die Stuhl-Passage war durch die Knickbildung des Dickdarms erschwert“, erläutert Privatdozent Dr. Maus. „Und die große Gefahr lag darin, dass es eines Tages zu einem Darmverschluss gekommen wäre und der Darm dann geplatzt wäre. Dann wäre Stuhl in den Brustkorb ausgetreten, und das hätte akute Lebensgefahr bedeutet.“

Therapie gemeinsam festlegen

Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts werden im Viszeralmedizinischen Zentrum interdisziplinär durch die Spezialisten der Inneren Medizin/Gastroenterologie und der Allgemein- und Viszeralchirurgie behandelt. Die optimale Therapie wird in einer gemeinsamen Fallbesprechung festgelegt. Frühe Tumoren werden endoskopisch durch das Team des Gastroente-

rologien Professor Dr. Franz Ludwig Dumlouin entfernt, größere und komplexe Krankheitsbilder vom Chirurgieteam um Privatdozent Dr. Bernd Sido operiert. Das Viszeralmedizinische Zentrum ist mit dem Qualitätssiegel der Zertifizierungsgesellschaft proCum Cert ausgezeichnet. Auch das Krankheitsbild von Elfriede Brenke wurde hier diskutiert und dann die Operation empfohlen.

Privatdozent Dr. Maus erläuterte ihr, dass der Eingriff minimalinvasiv laparoskopisch, also per Bauchspiegelung ohne großen Schnitt, erfolgen würde. Zu den Vorteilen dieses technisch anspruchsvolleren Verfahrens gehören eine kürzere Erholungszeit und weniger Schmerzen. Elfriede Brenke betont, dass sie „voll Vertrauen mit einem guten Gefühl in die Operation gehen konnte“.

Netz bringt Stabilität

Durch drei kleine Schnitte wurden die Instrumente eingeführt. Gemeinsam mit Oberarzt Dr. Christoph Podlinski und OP-Schwester Petra Beyer verlagerte Privatdozent Dr. Maus zunächst den Darm mit Fasszangen vorsichtig wieder in den Bauch zurück, entfernte die Auskleidung der großen Bruchhöhlen, schloss die Lücken mit einzelnen Nähten und brachte dann zur Stabilisierung des Zwerchfells ein Kunststoffnetz ein, „damit der Darm nicht nochmals hochrutschen kann“.

Elfriede Brenke berichtet, dass sie „überhaupt keine Schmerzen nach der Operation“ gehabt habe. „Ich fühlte mich

super aufgehoben.“ Zunächst musste sie eine Diät einhalten, doch als sie nach zehn Tagen das Krankenhaus verließ, konnte sie wieder alles essen. Auch Privatdozent Dr. Martin K. H. Maus bestätigt, dass es keine Komplikationen gab und es der Patientin heute sehr gut geht: „So macht unser Beruf richtig Spaß!“ Und die Patientin denkt mit großer Zufriedenheit und Dankbarkeit an ihre Operation zurück und betätigt sich wieder mit viel Freude und Energie in ihrem blühenden Garten.

KOMPETENTE VERSTÄRKUNG

Privatdozent Dr. Martin K. H. Maus ist seit November am Gemeinschafts Krankenhaus tätig. Er bringt aus seiner fast zehnjährigen Tätigkeit an der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Tumorchirurgie am Universitätsklinikum Köln die Expertise eines von der Fachgesellschaft ausgezeichneten Exzellenzzentrums für die Behandlung gut- und bösartiger Erkrankungen mit. Aufgrund seiner Erfahrung operiert er auf hohem technischem Niveau weitestgehend minimalinvasiv am Magen bei Tumoren oder Reflux, an der Bauchspeicheldrüse, den Nebennieren, der Milz und der Leber. Privatdozent Dr. Sido freut sich über die kompetente Verstärkung: „Zusätzlich zu unserem Zentrum für Bauchspeicheldrüsenchirurgie kann nun auch die laparoskopische Oberbauchchirurgie an Magen und Speiseröhre weiter ausgebaut werden.“

Privatdozent Dr. Bernd Sido
Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie
Tel.: 0228/508-1571
chirurgie@gk-bonn.de



Privatdozent Dr. Martin K. H. Maus
Oberarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie
Tel.: 0228/508-1571
chirurgie@gk-bonn.de



Ihre Ansprechpartner im Gemeinschafts Krankenhaus Bonn

DEN WAHNSINN AUF DIE BÜHNE BRINGEN





Eine besondere Truppe: Die Lust am Theaterspiel vereint die Laienschauspieler.

TEXT: JORIS HIELSCHER | FOTOS: ANDRÉ LOESSEL

Menschen mit psychischen Erkrankungen proben einmal die Woche mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen in dem inklusiven Theaterprojekt Soul LaLa. Es bringt unterschiedliche Menschen zusammen und fördert das Verständnis füreinander. Und manchmal gehen die Schauspieler gemeinsam an ihre Grenzen.

Wie an einer Perlenschnur aufgereiht, stehen die zwölf Schauspieler im Raum. Eine junge Frau macht einen Schritt nach vorne und ruft: „Pfeift der Sturm?“ Am anderen Ende der Reihe erwidert eine andere: „Keift ein Wurm?“ Abwechselnd treten die Schauspieler nach vorne: „Heulen“, „Eulen“, „hoch vom Turm“. Sie rezitieren ein sogenanntes Galgenlied des deutschen Dichters Christian Morgenstern. Nicht immer passen Einsatz und Betonung, aber bei jedem Durchgang gewinnen sie an Sicherheit. Seit gut einem halben Jahr proben sie einmal die Woche zusammen.

Es ist die Probe einer außergewöhnlichen Laienschauspieltruppe. Menschen mit psychischen Erkrankungen spielen zusammen mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus der Region Theater, angeleitet von Regisseur Florian Burg. Die Barmherzigen Brüder Schönfelderhof und das Jugendbüro Schweich organisieren das inklusive Theaterprojekt, dabei werden sie vom Dachverband der Gemeindepsychiatrie unterstützt und von der Aktion Mensch finanziell gefördert. Ziel ist es, psychisch Erkrankte mit anderen Menschen zusammenzubringen – außerhalb der Einrichtung und der

täglichen Arbeit. „Wir wollen so Barrieren abbauen und auf psychische Erkrankungen aufmerksam machen“, erklärt Sozialraummanagerin Judith Mark vom Schönfelderhof. Ihre Vorgängerin hatte das Projekt ins Leben gerufen.

Alle sind willkommen

Zwischen elf und 13 Schauspieler machen bei den wöchentlichen Proben mit, sechs kommen vom Schönfelderhof. Die meisten arbeiten dort in der Werkstatt oder in der Wäscherei, sie leben größtenteils zu Hause oder in gemeindepsychiatrischer Betreuung. Die Erkrankungen reichen von ADHS bis hin zu Depression oder Angststörung. „Als wir das Projekt geplant haben, haben wir unsere Klienten gefragt, was sie gerne machen würden. So sind wir aufs Theaterspielen gekommen“, erzählt Judith Mark. Sie begleitet die Klienten und macht zur Unterstützung auch bei den Proben mit.

Zusammen mit dem Regisseur haben der Schönfelderhof und das Jugendbüro Schweich die Idee eines inklusiven Theaterprojektes vorangetrieben. Denn gerade das gemeinsame Spiel bringe Menschen zusammen, er-



Katalysator: Beim Theaterspielen wachsen alle über sich hinaus – Menschen mit und ohne psychische Erkrankungen.

klärt Florian Burg. „Theater ist bestens geeignet. Die Schauspieler kommen miteinander ins Gespräch, weil sie aufeinander reagieren und miteinander agieren. Für dieses Projekt ist das eine super Grundlage.“ Und Judith Mark ergänzt: „Im Theater finden Menschen mit und ohne psychische Erkrankungen eine gemeinsame Ebene.“

Jeder kann sich ausprobieren

In zwei offenen Workshops unter dem Titel „Tage des Wahnsinns“ im vergangenen Herbst konnten Interessierte das Theaterspielen ausprobieren – außer Mut und Lust am Spiel gab es keine Voraussetzungen. „In der Förderschule habe ich schon bei der Musical- und Tanz-AG mitgemacht. Erst hatte ich ein bisschen Angst. Aber jetzt freue ich mich auf die Probe“, erzählt Angelina Hahn, die in der Wäscherei des Schönfelderhofs arbeitet. Und Ergotherapeutin Nina Clemens berichtet: „Zufälligerweise habe ich auf der Face-

book-Seite des Schönfelderhofs von dem Workshop erfahren. Ich hatte gar keine Theatererfahrung und wollte es ausprobieren.“

Auch mehrere Schülerinnen aus Schweich machen mit. Dirk Marmann vom Jugendbüro Schweich hatte den Kontakt zu Schulen hergestellt. Die meisten Teilnehmer sind im Alter zwischen 16 und 27 Jahren – so war die ursprüngliche Zielgruppe definiert –, doch auch zwei ältere Klienten des Schönfelderhofs sind mittlerweile regelmäßig dabei.

Spielend in Kontakt

Noch befindet sich die Schauspieltruppe in der Anfangsphase, das Projekt wird für insgesamt fünf Jahre gefördert. „Wir wollen zunächst eine feste Gruppe haben, Menschen, die regelmäßig kommen und sich engagieren“, erzählt der Regisseur. Mit Erfolg: Seit die Proben regelmäßig stattfinden, wächst die Gruppe. Die Probe beginnen die Schauspieler

zunächst mit Aufwärmtechniken, dann üben sie unter der Anleitung von Florian Burg Szenen oder Sketche ein. Eine Aufführung ist bisher noch nicht geplant. „Das Spielen und das Kennenlernen stehen ganz klar im Vordergrund“, betont Sozialraummanagerin Judith Mark.

Das hat einen gewichtigen Grund: Menschen mit psychischen Erkrankungen haben häufig Probleme, mit Mitmenschen in Kontakt zu treten, erzählt Mark. Gründe können sein, dass sie sich nicht trauen oder dass andere ihnen mit Misstrauen begegnen. „Menschen mit psychischen Erkrankungen haben in unserer Gesellschaft immer wieder mit Vorurteilen zu kämpfen“, so die Sozialraummanagerin. Durch die Proben lernen sie andere Menschen abseits der Einrichtung kennen. „Und sie zeigen, dass auch Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen Theater spielen können, so bauen sie bei anderen Vorurteile ab.“ Zudem sei es eine willkommene Abwechslung vom Alltag auf dem idyllisch gelegenen Hof – vor den Pro-

ben gehen alle beispielsweise zusammen einkaufen.

Thema Wahnsinn

Immer wieder entwerfen die Teilnehmer im freien Spiel Szenen, die auch psychische Erkrankungen thematisieren. Der Titel der Workshops zu Beginn lautete nicht ohne Grund „Tage des Wahnsinns“. „Einerseits hat das Wort ja eine positive Bedeutung wie ‚wahn-sinnig schön‘, gleichzeitig beschreibt es auch einen klinisch-pathologischen Wahnsinn“, erklärt Regisseur Burg. „Als Betroffene von Erkrankungen haben sie einen Blick auf die Welt, den ich nicht habe. Davon wollen wir profitieren.“ Sein Wunsch ist es, gemeinsam mit den Schauspielern ein Stück zu entwickeln. „Wir machen den Wahnsinn auch zu unserem Thema. Wir versuchen, die gesellschaftliche Sicht darauf – von beiden Seiten – auf die Bühne zu bringen.“

Dabei kommt der Spaß offensichtlich nicht zu kurz. Während der Proben und in den Pausen wird viel gelacht, die Teilnehmer verstehen sich gut. „Das Besondere an der Gruppe ist, dass viele Menschen hier zusammenkommen, die sich ansonsten nicht gefunden hätten und jetzt

ein super Team bilden“, erzählt Studentin Jana Weber. „Wir mögen uns alle. Und wir sind eine kleine Theaterfamilie geworden in den letzten Proben“, sagt Schülerin Lisa Birkel. Angelina Hahn, die daneben steht, ergänzt lachend: „Ich kann das auch nur so sagen.“

Angst überwinden

Doch manchmal wird so viel gelacht, dass Florian Burg eingreift. „Konzentriert euch und versucht, in eurer Rolle zu bleiben“, ermahnt er die Schauspieler. Später erläutert er, dass durch das Lachen die Anspannung verloren gehe und häufig auch unangenehme Situationen gelöst würden. Das Spielen und Agieren vor anderen ist nämlich anstrengend und fordernd. „Am Anfang hatte ich schon Probleme. Und ich war unsicher, ob ich noch mal kommen sollte“, erzählt Shavala Crane, die zusammen mit Angelina Hahn in der Wäscherei des Schönfelderhofes arbeitet. Hahn ergänzt: „Es war wie ein Experiment: Ich wusste nicht, was mich erwartet.“ Auch Jana Weber hatte Bedenken: „Kann ich vor anderen Menschen aus mir herauskommen, auch wenn man mal Texte sprechen muss?“

VIDEO

Mehr über den außergewöhnlichen Beruf von Judith Mark erfahren Sie auf www.bbtgruppe.de/leben

Doch sie sind dageblieben und lernen. Die Szene vom Anfang proben die Schauspieler erneut. Doch diesmal reagieren sie aufeinander. Bei den Fragen hört man Fragezeichen, deutliche Rufe kommen als Antwort. Sie schauen sich an, bewegen die Arme beim Sprechen und verteilen sich im Raum. Sie haben eine Beziehung zueinander entwickelt und jetzt spielen sie auch zusammen. ■



Was macht eine Sozialraummanagerin?

Sozialraum ist eigentlich ein Begriff aus der Geografie: Er beschreibt ein begrenztes Gebiet wie einen Stadtteil, wo Menschen wohnen und arbeiten. Mittlerweile werde der Begriff auch in der Sozialarbeit eingesetzt, erklärt Judith Mark. Ihre Arbeit beschäftigt sich mit der Frage: Wo und wie findet das Leben ihrer Klienten, die auf dem Schönfelderhof arbeiten, statt? „Ich organisiere Freizeit- und Bildungsangebote“, erzählt die Sozialraummanagerin. Neben der Arbeit auf dem Hof können die Klienten bei verschiedenen Aktivitäten mitmachen, beispielsweise bei einem Kinobesuch in der nächstgelegenen Stadt oder einem gemeinsamen Kochabend. „Dabei geht es nicht nur um reine Abwechslung, sondern auch um Inklusion“, erklärt sie. Sie sucht den Austausch mit den umliegenden Gemeinden, stellt Kontakt zu Vereinen und Initiativen aus der Gegend her. Das Ziel: Menschen mit psychischen Erkrankungen engagieren sich in Vereinen in der Nähe, Interessierte kommen zu den Angeboten der Barmherzigen Brüder Schönfelderhof.

Wahnsinnig viel Spaß machen die Proben zum Stück: Experiment geglückt.



Pausen – sinnvolle Unterbrechung

Der Sommer, Urlaubszeit, die langersehnte große Pause! Aber viel wichtiger und heilsamer, weil lebensnotwendig, sind die ganz gewöhnlichen Pausen zwischen Ein- und Ausatmen.

Im Nichtstun, im Dazwischen geschieht das Wesentliche. Die Theologin Dorothee Sölle rät: „Du sollst dich selbst unterbrechen, zwischen Arbeit und Konsumieren soll Stille sein und Freude, dem Gruß des Engels zu lauschen: Fürchte dich nicht!“

Denn nur das Innehalten schenkt uns schöpferische Impulse, macht uns lebendig, lässt Neues reifen und ist der Weg zum Glück.

Elke Deimel





Warum stechen Insekten?

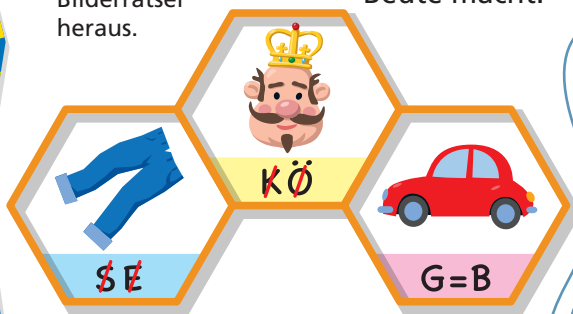


Es gibt unterschiedliche Gründe, warum Insekten stechen. Mücken zum Beispiel saugen nach dem Einstich unser Blut. Es ist für sie eine gute Nahrung. Bienen hingegen stechen nur, wenn sie sich bedroht fühlen und sich oder ihr Volk verteidigen wollen. Wieder anders ist es bei Wespen und Hornissen. Sie benutzen ihren Stachel als Waffe gegen andere Insekten. Mit dem Stich spritzen sie Gift in den Körper des Opfers, das es lähmt und zu einer leichten Beute macht.

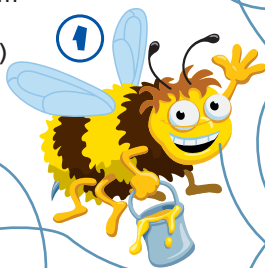
3. Auch Flöhe stechen, um Blut zu saugen. Nachbars Lumpi hat Flöhe. Ständig muss er sich kratzen. Wie viele Flöhe sind es?



1. Was ist in einem Bienenstock? Findet es mit dem Bilderrätsel heraus.



2. Das ist ein Gesumme am Kaffeetisch im Garten. Die Biene (1), die Hornisse (2) und die Wespe (3) suchen ihre Lieblingsnahrung. Wer fliegt wohin?



* Findet Alfons, den Bücherwurm. Der hat sich irgendwo versteckt.

Kirchengemeinde	Runenalphabet	hoher Beamter	griechischer Buchstabe	ostafrikanischer Staat	▼	▼	ugs.: sehr viele	das Unsterbliche	nordgriech. Landschaft	▼	Blumenrabatte	▼	franz. Departement	▼	weiblicher Vorfahr	jüdischer Gelehrter	Bankrott
▶	▼	▼	▼				dt. Schauspieler, Moderator, †	▶					▼			▼	▼
Kleiderüberwurf	▶		11				Amtsbezirk eines Bischofs		Landschaft im Taunus	▶				3			
▶	12			Aktienmarkt			griechischer Buchstabe	▶			Arzneiform	▶			kleine Mahlzeit		
ostfriesischer Komiker			Kirchenbauwerk	▶						1		Fremdwortteil: vor		arabisch: Sohn	▶		
Fluss durch Florenz	▶				japanischer Wallfahrtsort	▶			Teil des Gottesdienstes		berühmte Person (Kw.)	▶					Kirchenversammlung
▶					Kloster auf Mallorca			Ausbildungszeit	▶					Hundstern		engl. Abk.: Limited Edition	▶
Weissagung			scharf gewürzt		Einheit des Lichtstroms	▶					Karpfenfisch			großer Gärfutterbehälter	▶		
extrem starke Neigung	Arzneimittelgeschäft	religiöses Lied	▶					ehe-lichen		Fremdwährungen	4						
▶	▼				altgriechische Grabsäulen			Männername	▶				lateinisch: Kunst				Kniebeuge im Ballett
kleiner Spielrennwagen		ernen-nen		oberer Teil des Beins	▶	10							Fimmel		griechischer Buchstabe	▶	
▶		▼			Sport-ruderboot	▶			2		besitzanzei-gendes Fürwort		lockeres, netz-artiges Gewebe	▶			7
Unter-führung	▶						Berg-ein-schnitte		Zucker-sorte	▶				9	österr. Wall-fahrts-ort		germa-nische Göttin
▶		5		Schließ-falte am Auge	liturg. Priestergewand	▶				8		100 qm in der Schweiz		Gallert-masse	▶		
Rufname des Musikers Baker			Ver-mäch-tnis	▶					Teil der Heiligen Schrift (Abk.)		Strom-speicher (Kw.)	▶				Abk.: am Ende	▶
Vorname von US-Filmstar Costner	▶				Verkauf-schlag-er (ugs.)	▶							Adels-titel		6		
Vorname der Autorin Blyton	▶				eng-lische Graf-schaft	▶				Schrift-steller-verband (Abk.)	▶			engl. Männer-kurz-name	▶		

DEIKEPRESS-le1817-0419-5

Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausgezahlt werden. Die Gewinner werden ausgelost und schriftlich benachrichtigt. Zusendungen von gewöhnlichen Gewinnspieltickets werden ausgeschlossen. Die BBT-Gruppe behält sich vor, diese bei Verdacht der Verfälschung nicht zu berücksichtigen. Die Preise wurden uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt von Stefan Wenz – Becherkueche.de

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Kochen muss nicht kompliziert sein! Mit diesem vegetarischen Kochbuch nach dem Konzept der „Becherküche“ wird das Kochen zum Kinderspiel. Mit den unterschiedlich großen Messbechern in verschiedenen Farben sind alle Zutaten schnell abgemessen. Im dazugehörigen Kochbuch finden sich vegetarische Rezepte für wärmende Suppen, leckere Aufstriche, Pfannen- und Ofengerichte sowie Nachspeisen-Klassiker.

„Leben!“ verlost unter allen richtigen Einsendungen drei „Becherküchen“.

Datenschutzerklärung: Bei Ihrer Kontaktaufnahme mit uns per E-Mail oder auf dem Postweg werden die von Ihnen mitgeteilten Daten von uns zum Zweck der Auslosung und schriftlichen Benachrichtigung der Gewinner gespeichert. Nach Beendigung des Gewinnspiels am 30.09.2019 werden Ihre Daten gelöscht. Bitte nehmen Sie Kenntnis von Ihren Rechten, die im Impressum genannt werden. Veranstalter des Gewinnspiels ist die Barmherzige Brüder Trier gGmbH.



Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an leben@bbtgruppe.de oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krements-Str. 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 30. September 2019. Viel Glück!

9. Juli, 13. August, 10. September 2019



Infoabend für werdende Eltern

Das Team der Geburtshilflichen Abteilung stellt sich vor, gibt werdenden Eltern Infos rund um die Geburt und beantwortet ihre Fragen. Danach besteht Gelegenheit, den Kreißsaal und die Wöchnerinnen-Station zu besichtigen.

19 Uhr
Haus St. Elisabeth, Cafeteria
Tel.: 0228/508-1550 (Kreißsaal)

9./23. Juli, 13./27. Aug., 10./24. Sep. 2019

Rheuma-Café

Die Arbeitsgemeinschaft Bonn der Deutschen Rheuma-Liga Nordrhein-Westfalen bietet Rheumakranken Möglichkeit zu Information, Austausch und gegenseitiger Unterstützung.

15 Uhr
Haus St. Elisabeth, Tagesklinik
Kontakt: ag-bonn@rheuma-liga-nrw.de

4. September 2019

Rollatorführerschein

Die Geriatrie Abteilung gibt Informationen und Praxistipps zum Umgang mit dem Rollator im Alltag: Eine Trainerin zeigt die Handhabung mit geringem Kraftaufwand, ein Arzt und eine Physiotherapeutin beantworten medizinische Fragen. Die Teilnehmer absolvieren einen Parcours und machen den Rollatorführerschein.

14 bis 16 Uhr
Haus St. Elisabeth, Konferenzraum
Der Eintritt ist frei, Anmeldung unter
Tel.: 0228/508-1221 (Carmen Schlosser)

18. September 2019



„Mein neues Gelenk“

Ärzte des Zentrums für Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin Bonn-Rhein-Ahr (ZOUS) sowie der Anästhesie informieren bei der Patientenschulung Endoprothetik über alle Aspekte des Gelenkersatzes: die Entstehung der Arthrose, die Wahl der richtigen Prothese, Narkoseverfahren und Schmerzmanagement, den Alltag auf der Station und die Nachbehandlung.

18 bis 21 Uhr
Haus St. Petrus, Cafeteria
Tel.: 0228/506-2222

25. September 2019

Chronisch-entzündliche Darmerkrankung

Beim Arzt-Patienten-Seminar erfahren Patienten, die an Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa leiden, aus erster Hand von den Experten des Viszeralmedizinischen Zentrums die neuesten medizinischen Erkenntnisse zur medikamentösen und chirurgischen Behandlung. Die Vorträge der Chef- und Oberärzte sind allgemein verständlich, im Anschluss besteht die Gelegenheit, Fragen zu stellen.

17 bis 18.30 Uhr
Haus St. Elisabeth, Konferenzraum
Tel.: 0228/508-1561 (Sigrid Brennecke)
Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich



Neu im Oktober 2019

Foto: istockphoto

impresum

Herausgeber: Barmherzige Brüder Trier gGmbH
Zentrale der BBT-Gruppe, Kardinal-Krementsz-Str. 1-5
56073 Koblenz, Tel.: 0261/496-6000, www.bbtgruppe.de,
info@bbtgruppe.de, Amtsgericht Koblenz I HRB 24056

Gesellschafter: Generalat der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf e.V.

Vorsitzender des Aufsichtsrates: Bruder Alfons Maria Michels

Geschäftsführer: Dr. Albert-Peter Rethmann, Matthias Warmuth, Werner Hemmes, Andreas Latz

Chefredaktion: Martin Fuchs (verantwortl.)

Chefin vom Dienst: Judith Hens

Redaktion: Claudia Blecher, Anne Britten, Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Julia Gröber-Knapp, Frank Mertes, Peter Mossem, Katharina Müller-Stromberg, Pascal Nachtsheim, Doris Quinten, Gerd Vieler, Simone Yousef
In Zusammenarbeit mit Heyst GmbH, www.heyst.com

Leben! Das Magazin der BBT-Gruppe für Bonn:

Katharina Müller-Stromberg (verantwortl.)

Redaktionsanschrift: Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz

Tel.: 0261/496-6464, Fax: 0261/496-6470, leben@bbtgruppe.de

Erscheinungsweise: vierteljährlich

Layout: WWS Werbeagentur GmbH, Kamper Str. 24, 52064 Aachen

Druck: Bonifatius GmbH, Druck-Buch-Verlag, Karl-Schurz-Str. 26,

33100 Paderborn

Gerichtsstand: Koblenz

Leben! wird kostenfrei in den Einrichtungen der BBT-Gruppe

ausgelegt. Wenn Ihnen das Magazin gefällt, können Sie es gerne

abonnieren: leben@bbtgruppe.de

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die

Meinung des Herausgebers wieder. Alle Fotos stammen aus den

Einrichtungen der BBT-Gruppe, wenn nicht anders angegeben.

ISSN 2195-464X

Datenschutzerklärung:

Bei Ihrer Kontaktaufnahme mit uns, der Barmherzigen Brüder Trier gGmbH, werden die von Ihnen mitgeteilten Daten von uns gespeichert, um Ihre Fragen zu beantworten oder Ihr Anliegen zu bearbeiten. Ihre in diesem Zusammenhang anfallenden Daten löschen wir, nachdem die Speicherung nicht mehr erforderlich ist, oder schränken die Verarbeitung ein, falls gesetzliche Aufbewahrungspflichten bestehen.

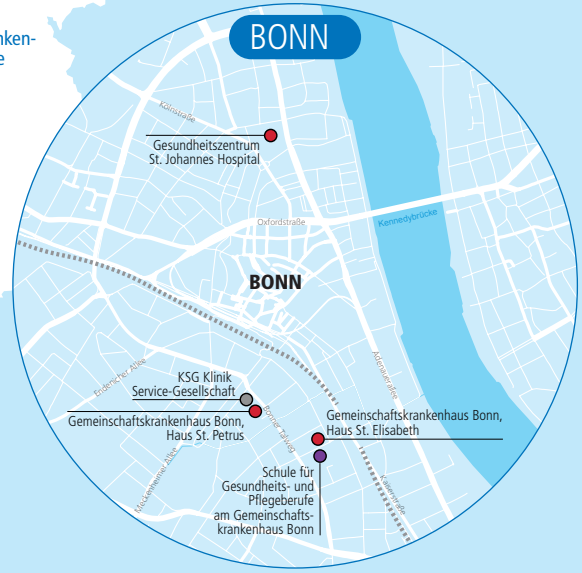
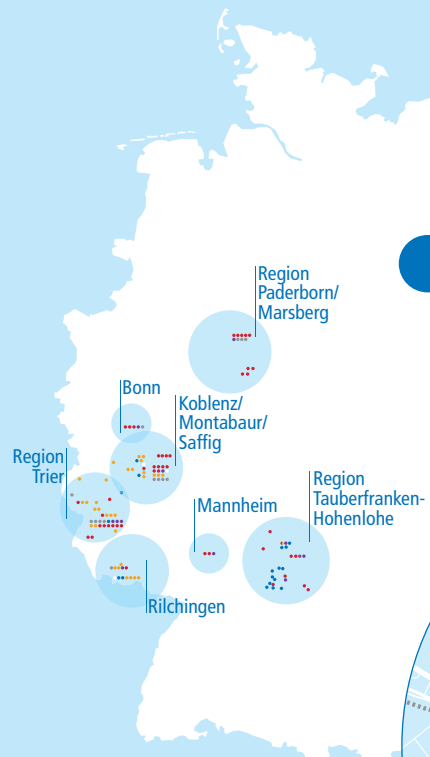
Falls wir für einzelne Funktionen unseres Angebots auf beauftragte Dienstleister zurückgreifen oder Ihre Daten für werbliche Zwecke nutzen möchten, werden wir Sie über die jeweiligen Vorgänge informieren.

Sie haben gegenüber uns hinsichtlich der Sie betreffenden personenbezogenen Daten das Recht auf Auskunft, auf Berichtigung oder Löschung, auf Einschränkung der Verarbeitung, auf Widerspruch gegen die Verarbeitung und auf Datenübertragbarkeit. Sie haben im Falle datenschutzrechtlicher Verstöße ein Beschwerderecht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde:

Gemeinsamer Ordensdatenschutzbeauftragter der DOK Nord
Dieter Fuchs, Postanschrift: Wittelsbacherring 9, 53115 Bonn
Tel.: 0171/4215965 (dienstags von 14 bis 17 Uhr)
fuchs@orden.de



Die BBT-Gruppe ist mit mehr als 80 Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens, über 14.000 Mitarbeitenden und ca. 900 Auszubildenden einer der großen christlichen Träger von Krankenhäusern und Sozialeinrichtungen in Deutschland.



● GEMEINSCHAFTSKRANKENHAUS BONN

Haus St. Petrus
Tel.: 0228/506-0
www.gk-bonn.de

Haus St. Elisabeth
Tel.: 0228/508-0
www.gk-bonn.de

Gesundheitszentrum St. Johannes Hospital
Tel.: 0228/701-3390
www.gk-bonn.de

● MEDIZINISCHE FACHABTEILUNGEN

Anästhesie/Intensivmedizin und Schmerztherapie (Haus St. Petrus)
Chefarzt Prof. Dr. med. Pascal Knüfermann
Tel.: 0228/506-2261
anaesthesia@gk-bonn.de

Schmerzambulanz (Haus St. Petrus)
Tel.: 0228/506-2266
anaesthesia@gk-bonn.de

Kardiologie (Haus St. Petrus)
Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Luciano Pizzulli
Tel.: 0228/506-2291
kardiologie@gk-bonn.de

Gefäßchirurgie (Haus St. Petrus)
Chefarzt Dr. med. Jürgen Remig
Tel.: 0228/506-2441
gefassmedizin@gk-bonn.de

Radiologie (Haus St. Petrus)
Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Jochen Textor
Tel.: 0228/506-2441
radiologie@gk-bonn.de

Zentrum für Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin Bonn-Rhein-Ahr (Haus St. Petrus)
Chefarzte Dr. med. Holger Haas und Dr. med. Jochen Müller-Stromberg
Tel.: 0228/506-2221
zous@gk-bonn.de

Allgemein- und Viszeralchirurgie (Haus St. Elisabeth)

Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Bernd Sido
Tel.: 0228/508-1571
chirurgie@gk-bonn.de

Gynäkologie und Geburtshilfe (Haus St. Elisabeth)

Chefarzt Dr. med. Joachim Roos
Tel.: 0228/508-1581
gynaekologie@gk-bonn.de
geburtshilfe@gk-bonn.de

Innere Medizin (Haus St. Elisabeth)

Chefarzte Prof. Dr. med. Franz Ludwig Dumoulin und Dr. med. Markus Menzen
Tel.: 0228/508-1561 und 508-1451
internisten_ebt@gk-bonn.de

Geriatric (Haus St. Elisabeth)

Chefarzt Frank Otten
Tel.: 0228/508-1221
geriatrie@gk-bonn.de

● Schule für Gesundheits- und Pflegeberufe am Gemeinschaftskrankenhaus Bonn

Tel.: 0228/508-1800
www.gk-bonn.de

● SERVICEDIENSTE KSG Klinik Service-Gesellschaft

Tel.: 0228/506-2152



- ✓ Sie hospitieren einen Tag bei uns und lernen uns kennen.
- ✓ Wir honorieren Ihren Aufwand mit einer **Prämie**.

Als **Pflegekraft/OTA** melden Sie sich bitte unter: pflegedirektion@gk-bonn.de



Gemeinschaftskrankenhaus Bonn
St. Elisabeth · St. Petrus · St. Johannes gGmbH

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Bonn